



Medienmitteilung

vom 22. Oktober 2015

«Ich bin mehr – mach mehr aus dir!»

Der Verfall der gesellschaftlichen Umgangsformen wird immer wieder thematisiert und meist stehen Jugendliche im Zentrum dieser Diskussionen. Das Jugendsekretariat der Stadt St.Gallen unterstützt Jugendliche in einem Workshop dabei, ihre Umgangsformen zu reflektieren und dies ohne drohenden Zeigefinger.

Das von JuAr Basel entwickelte Projekt «Ich bin mehr – mach mehr aus dir!» gibt Jugendlichen im Oberstufenalter Impulse für eine kritische Auseinandersetzung mit den persönlichen Wunsch- und Idealvorstellungen. Sie erleben, dass angestrebte Ziele, wie eigene Verhaltensänderungen, durchaus erreichbar sind! Dazu werden die drei Themen Knigge, gutes Benehmen; Haltung, Auftritt und Bewegung sowie gesunde, bewusste Ernährung zusammen mit externen Profis thematisiert. Den teilnehmenden Jugendlichen wird altersgerecht und erlebnisorientiert vermittelt, wie sie an sich arbeiten können. Gleichzeitig werden sie dazu befähigt, selbst auf einfache Weise Korrekturen anzubringen, wo sie es für sich wünschen. Damit fühlen sie sich in ungewohnten oder anspruchsvollen Situationen, etwa bei Firmenanlässen oder Vorstellungsgesprächen, sicherer.

«Ich bin mehr - mach mehr aus dir!» wurde bereits in sechs verschiedenen Schweizer Städten und Gemeinden mit Erfolg durchgeführt. Das Projekt wird von der «Stiftung Mercator Schweiz», dem «Migros Kulturprozent» und der «Gesundheitsförderung Schweiz» unterstützt. Allgemeine Informationen zum Projekt gibt es unter www.ichbinmehr.ch Unter der Leitung des Jugendsekretariats St.Gallen kommt das Projekt nun erstmals in die Ostschweiz.

Weitere Auskünfte:

Sue Hofer, Jugendsekretariat St.Gallen, Projektleiterin «Ich bin mehr»,
Tel.: 071 277 28 67 oder E-Mail: susanne.hofer@stadt.sg.ch

Medieninformation:

Die Veranstaltungen im Rahmen dieses Projekts sind nur teilweise öffentlich. Medienschaffende sind jedoch herzlich willkommen. Wir bitten um eine kurze Voranmeldung bei Projektleiterin Sue Hofer.

23.10.2015	Warm-Up Party im lollypop (Rechenstrasse 5, 9000 St.Gallen)	19.00 - 22.00Uhr
07.11.2015	Casting im lollypop (Rechenstrasse 5, 9000 St.Gallen)	14.00 - 17.00Uhr
27.11.2015	Workshops Teil 1, im Schulhaus Bild & im biwi (Zürcherstrasse 430 & 432, 9015 St.Gallen)	18.15 – 21.00Uhr
28.11.2015	Brunch im biwi (Zürcherstrasse 432, 9015 St.Gallen) Workshops Teil 2, biwi & Schulhaus Bild Abschlussparty mit Prominenten der Stadt Schulhaus Bild (Zürcherstrasse 430, 9015 SG)	10.30 – 11.30 Uhr 11.45 – 18.00 Uhr 19.00 – 22.00 Uhr